

“Бекитемин”
 Мектеп директору:
 М.Тойчубасев
 “ 6 ” 2021-жыл.



Календардык план 2021-2022 окуу жылына
Валейбол ийрими (кружок)
(Жумасына 10 саат, жыл бою 340 саат)

№	Сабактардын темалары	сааты	мооноту		эскертуу
			Балдар	Кыздар	
I чейрек					
1	Теориялык маалымат берүү	2	2,09,	2,09,	
2	Волейбол оюнунун эрежеси	2	2,09,	3,09,	
3	Подача берүүнү ыкмасын үйрөтүү	2	3,09,	3,09,	
4	Оюнда топту бири-бирине чыгаруу ыкмалары	2	9,09,	9,09,	
5	Топту бири-бирине өткөрүп сетканын үстүнөн сокку берүү	2	9,09,	10,09,	
6	Топту алдоо жолу менен өткөрүү	2	10,09,	10,09,	
7	Топту өйдөдөн бир кол менен берүү	2	16,09,	16,09,	
8	Подачаны эки кол менен ылдый тараптан кабыл алуу	2	17,09,	17,09,	
9	Чабуулчунун сокку берүү ыкмасы		17,09,	17,09,	
II чейрек					
1	Топту берүү ыкмасы, арткы сызыктан соккуну жабуу	2	11,11,	11,11,	
2	Топту кабыл алуу ыкмасы. Алдамчы чабуул сокку берүү	2	11,11,	12,11,	
3	Аянтта түз туруп бир кол менен топту берүү	2	12,11,	12,11,	
4	Секирип өйдө тараптан бир кол менен топту берүү	2	18,11,	18,11,	
5	Арткы сызыкка чабуул сокку берүү	2	18,11,	19,11,	

	биргелешкен кыймылдары		19,11,	19,11,	
7	Топту кабыл алуу ,жана чабуул сокку берүү		25,11,	25,11,	
III чейрек					
1	Чабуулчунун сокку берүү ыкмасы	2	13,01,	13,01,	
2	Сокку берүү үчүн аянт тандоо	2	13,01,	14,01,	
3	Сеткадан өткөрүүнүн эрежелери	2	14,01,	14,01,	
4	Эки колдоп соккуну тосуу	2	20,01,	20,01,	
5	Сеткадан өткөн топту эки колдоп алуу	2	20,01,	21,01,	
6	Топту кезектешип кабыл алуу ыкмасы, топту оюнчуга берүү	2	21,01,	21,01,	
7	Волейбол оюнунун эрежеси	2	21,01,	27,01,	
8	Топту бири-бирине берүү ыкмасын үйрөтүү	2	27,01,	27,01,	
9	Тосмого жалгыз чыгуу	2	28,01,	28,01,	
10	Топту кезектешип кабыл алуу ыкмасы	2	28,01,	3,02,	
11	Топту өйдөдөн бир кол менен берүү		3,02,	3,02,	
IV чейрек					
1	Машыгуу оюну	2	7,04,	7,04,	
2	Сеткадан өткөрүүнүн эрежелери	2	7,04,	8,04,	
3	Эки колдоп соккуну тосуу	2	8,04,	8,04,	
4	Сеткадан өткөн топту эки колдоп алуу	2	14,04,	14,04,	
5	Секирип өйдө тараптан бир кол менен топту берүү	2	14,04,	15,04,	
6	Арткы сызыкка чабуул сокку берүү	2	15,04,	15,04,	
7	Алдыңкы сызыкта оюнчулардын биргелешкен кыймылдары	2	21,04,	24,04,	
8	Чабуулчунун сокку берүү ыкмасы	2	21,04,	22,04,	
9	Сокку берүү үчүн аянт тандоо		22,04,	22,04,	

Календардык план 2021-2022 ж

Баскетбол ийрими (кружок)

№	Сабактардын темалары	Сааты	Мөөнөтү		Эскертуу
			Балдар	Кыздар	
I чейрек					
1	Теориялык маалымат берүү	2	23,09	23,09	
2	Баскетбол оюнунун эрежеси	2	23,09	24,09	
3	Баскетбол оюнунун техникаларын үйрөтүү	2	24,09	24,09	
4	Баскетбол тобун кармоо эки колдоп бир-бирине берүү	2	30,09	30,09	
5	Баскетбол тобун торго түшүрүү	2	30,09	1,10	
6	Топту алып баратып бири-бирине он колдоп узатып берүү	2	1,10	1,10	
7	Эки колдоп топту көкүрөктөн узатып берүү	2	7,10	7,10	
8	Эки колдоп өйдө жактан узатып берүү	2	7,10	7,10	
9	Топту бир колдоп маңдайдан берүү	2	8,10	8,10	
II чейрек					
1	Топту бир колдоп өйдө жактан берүү	2	25,11	25,11	
2	Баскетбол тобун кармоо эки колдоп бир-бирине берүү	2	26,11	26,11	
3	Бийиктен келгентопту кармоо	2	26,11	2,12	
4	Эки колдоп топту берүү	2	2,12	3,12	
5	Секирип топту ыргытуу	2	3,12	3,12	
6	Ортоңку жана алыскы аралыктан топту ыргытуу	2	9,12	9,12	
7	Айып сызыкчадан топту торго түшүрүү	2	10,12	10,12	

1	Эки командага бөлүнүп машыгуу	2	4,02,	4,02,	
2	Эки колдоп топту көкүрөктөн узатып берүү	2	4,02,	10,02,	
3	Эки колдоп өйдө жактан узатып берүү	2	10,02,	10,02,	
4	Топту бир колдоп маңдайдан берүү	2	11,02,	11,02,	
5	Топту бир колдоп өйдө жактан берүү	2	11,02,	14,02,	
6	Баскетбол оюнунун техникаларын үйрөтүү	2	14,02,	14,02,	
7	Баскетбол тобун торго түшүрүү	2	18,02,	18,02,	
8	Баскетбол тобун кармоо эки колдоп бир-бирине берүү	2	18,02,	24,02,	
9	Машыгуу оюну	2	24,02,	24,02,	
10	Эки колдоп өйдө жактан узатып берүү	2	2,03,	2,03,	
11	Топту бир колдоп маңдайдан берүү		2,03,	3,03,	
IV чейрек					
1	Машыгуу оюну	2	22,04,	28,04,	
2	Эки колдоп топту берүү	2	28,04,	28,04,	
3	Секирип топту ыргытуу	2	29,04,	29,04,	
4	Ортоңку жана алыскы аралыктан топту ыргытуу	2	29,04,	2,05,	
5	Айып сызыкчадан топту торго түшүрүү	2	2,05,	2,05,	
5	Эки командага бөлүнүп машыгуу	2	3,05,	3,05,	
	Топту бир колдоп өйдө жактан берүү	2	3,05,	5,05,	

Календардык план 2021-2022 ж

Футбол ийрими (кружок)

№	Сабактардын темалары	Сааты	Мөөнөтү		Эскертуу
			Балдар	Кыздар	
I чейрек					
1	Теориялык маалымат берүү	2	14,10	14,10	
2	Футбол оюнунун эрежеси	2	14,10	15,10	
3	Футбол оюнунун техникасын үйрөтүү	2	15,10	15,10	
4	Топту ар түрдүү абалда башкаруу	2	21,10	21,10	
5	Эки командага бөлүнүп машыгуу	2	21,10	22,10	
6	Топту алып барып тебүү	2	22,10	22,10	
7	Топту ар түрдүү абалда башкаруу	2	28,10	28,10	
8	Топту алыстыкка тебүү	2	29,10	29,10	
II чейрек					
1	Эки командага бөлүнүп машыгуу	2	16,12	16,12	
2	Бири-бирине топту узатуу	2	16,12	17,12	
3	Алыскы аралыктан дарбазага топ тебүү	2	17,12	23,12	
4	Айып сызыктан топ топту тебүү	2	23,12	23,12	
5	Эки командага бөлүп машыгуу	2	24,12	24,12	
5	Машыгуу оюну	2	24,12	30,12	
6	Топту башкарууну билүү	2	30,12	30,12	
7	Топту орто аралыкка тебүү		30,12	30,12	

III чейрек

1	11 метрден топту тебүү	2	4,03,	4,03,	
2	Өйдөдөн келген топту кабыл алуу	2	10,03,	10,03,	
3	Эки командага бөлүнүп машыгуу	2	10,03,	11,03,	
4	Машыгуу оюн өткөрүү	2	11,03,	17,03,	
5	Топту алыскы аралыктан тебүү	2	17,03,	18,03,	
6	Топту башкарууну билүү	2	18,03,	18,03,	
7	Топту алып барып тебүү	2	18,03,	24,03,	
8	Эки командага бөлүнүп машыгуу	2	24,03,	24,03,	
9	Дарбазага топту тебүү	2	25,03,	25,03,	
10	Футбол оюну	2	25,03,		
11	Машыгуу оюну				

IV чейрек

1	Футбол оюнунун эрежеси	2	5,05,	6,05,	
2	Топту башкарууну билүү	2	12,05,	12,05,	
3	Топту алып барып тебүү	2	13,05,	13,05,	
4	Топту алыскы аралыктан тебүү	2	19,05,	19,05,	
5	Эки командага бөлүнүп машыгуу оюну	2	20,05,	20,05,	
6	Машыгуу оюну	2	20,05,	20,05,	
7	Топ ар түрдүү абалда тебүү.		23,05,	23,05,	